

江戸川区立二之江中学校 卓球部 活動方針、年間の活動計画

顧問： 上田 謙介、岡部 李理衣

校長：千野 裕司

活動方針	卓球を通して切磋琢磨することで、技術を磨くとともに、チームとして協力する精神を養う。文武両道を目指し、学校やクラスに貢献できる部員を育成する。			
部員数 (令和7年4月30日現在)	男子：3年生10名、2年生7名、1年生9名 計26名 女子：3年生1名、2年生4名、1年生2名 計 7名 総部員数33名			
活動日	火、水、木、土または日 ※月、金、週末1日は休養日			
活動時間 (平日)	夏季	集合 15:40～解散 17:30	冬季	集合 15:40～解散 17:30
活動時間 (週休日)	A 時程の場合	集合 8:00～解散 11:00	B 時程の場合	集合 11:00～解散 14:00
	C 時程の場合	集合 14:00～解散 17:00		
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	ゲーム形式の練習		春季区民体育祭
	5月	2、3年生：ゲーム形式の練習 1年生：ルール・マナーの習得、基本練習		
	6月	2、3年生：ゲーム形式の練習 1年生：ルール・マナーの習得、基本練習		夏季総合体育大会
	7月	基本練習、フットワーク強化		
	8月	100本ラリーに挑戦、フットワーク強化		
	9月	ゲーム形式の練習		秋季総合体育大会
	10月	個別指導、課題練習		
	11月	個別指導、課題練習		
	12月	試合を想定した練習		秋季区民体育祭（個人）
	1月	試合を想定した練習		秋季区民体育祭（団体） ※シード権大会を兼ねる
	2月	システム練習、フットワーク強化		
	3月	システム練習、フットワーク強化		
安全指導・ 配慮等について	卓球台の移動（出し入れ）のときに事故が多いため、部員全員で協力し合い行うよう指導する。 外のコート（卓球台近く）でボールを拾うときは、他のプレイヤーに注意するよう指導する（接触事故を防ぐため）。			